SOSIO ANTROPOLOGI BUDAYA GIZI DAN KESEHATAN

ST HESTI ABBAS (70200121035)

1. PENDAHULUAN

Kebudayaan adalah keseluruhan sistem gagasan, tindakan dan hasil karya manusia dalam rangka kehidupan masyarakat. kebudayaan berhubungan dengan kebudayaan manusia itu sendiri, segi-segi tersebut menjadi obyek khusus yang dipelajari atau diolah oleh ilmu tertentu.

2. PEMBAHASAN

a. Bagaimana pola budaya terhadap makanan

Sebagai sistem budaya memberikan peranan dan nilai yang berbeda-beda terhadap makanan. Mencermati akan adanya budaya, kebiasaan dan sistem sosial masyarakat terhadap makanan seperti pola makan, tabu atau pantangan, gaya hidup, gengsi dalam mengonsumsi jenis bahan makanan tertentu. telah dijelaskan oleh Suhardjo 1996 bahwa jika kalangan masyarakat yang terkena dampak dari sistem sosial atau budaya makan itu berasal dari golongan individu-individu yang termasuk rawan gizi seperti ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak-anak balita.

Masalah budaya dan makanan kita ketahui dapat menyebabkan masalah gizi yang berdampak pada kesehatan manusia. Pendekatan yang paling utama adalah melalui perbaikan struktur sosial masyarakat tentang pandangan mereka terhadap makanan walaupun lokal tetapi kaya akan gizi.

b. Masalah budaya terhadap makanan dan gizi

Pengaruh budaya terhadap gizi ada pengaruh yang negatif dan pengaruh positif, dampak negatifnya munculnya masalah kekurangan gizi di masyarakat sekitar karena masyarakat sulit meninggalkan kebiasaan-kebiasaan mereka, mereka lebih percaya pada hal-hal yang dianggap tabu dalam budaya mereka sehingga apa yang sebenarnya tubuh kita butuhkan tidak terpenuhi dengan baik, dan akan menimbulkan penyakit.

c. Budaya mempunyai pengaruh yang penting dalam berbagai aspek kehidupan manusia,

salah satunya yaitu pengaruh budaya terhadap pangan. Pangan (makanan) sendiri adalah hak asasi manusia paling mendasar. Di Indonesia memiliki banyak ragam budaya pangan. Kebudayaan sendiri merupakan Budaya yang memiliki pengaruh besar terhadap makanan pada masyarakat tertentu.

Adapun pengaruh budaya terhadap pangan yaitu :

- Adanya berbagai jenis makanan yang diolah, misalnya dari bahan, maupun cara pengolahannya, contohnya seperti sagu yang dibuat beraneka ragam di setiap daerah sesuai dengan ciri khas daerah masing-masing.
- Adanya berbagai jenis makanan dalam acara-acara adat yang berbeda di setiap daerah.
- Adanya berbagai macam jenis nama makanan di setiap daerah yang berbeda-beda.
- Adanya berbagai macam cita rasa makanan di masing-masing daerah sesuai dengan ciri khasnya, seperti contohnya makanan orang padang yaitu memiliki cita rasa yang pedis, orang jawa memiliki cita rasa yang manis, dll.

d. Solusi terhadap masalah budaya makanan dan gizi

Masalah budaya dan makanan kita ketahui dapat menyebabkan masalah gizi yang berdampak pada kesehatan tubuh manusia. Pendekatan paling utama adalah melalui perbaikan struktur sosial masyarakat tentang pandangan-pandangan mereka terhadap bahan makanan walaupun lokal tetapi kaya akan nilai gizi

- 1) Perbaikan budaya masyarakat dengan pengaruh utama gender terutama di tingkat keluarga.
- 2) Pemberian makanan tambahan yang bernilai gizi bagi anak-anak balita dan orang lanjut usia.
- 3) Penyuluhan gizi terpadu dan konsultasi gizi bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Banudi&Imanuddin .(2017). *SOSIOLOGI ANTROPOLOGI GIZI* .ponorogo:Forum ilmiah kesehatan (FORIKES)

Yudi, H (2008). *Hubungan faktir sosial budaya dengan status gizi Di kecamatan Medan area kota Medan tahun 2008. Tesis :universitas Sumatera Utara*

Martapura, D. I., Selatan, K., At, N., & South, M. (1999). StudI faktor sosio-budaya yang mempengaruhi gizi dan kebiasaan hidup sehat di martapura—Kalimantan selatan. 26.